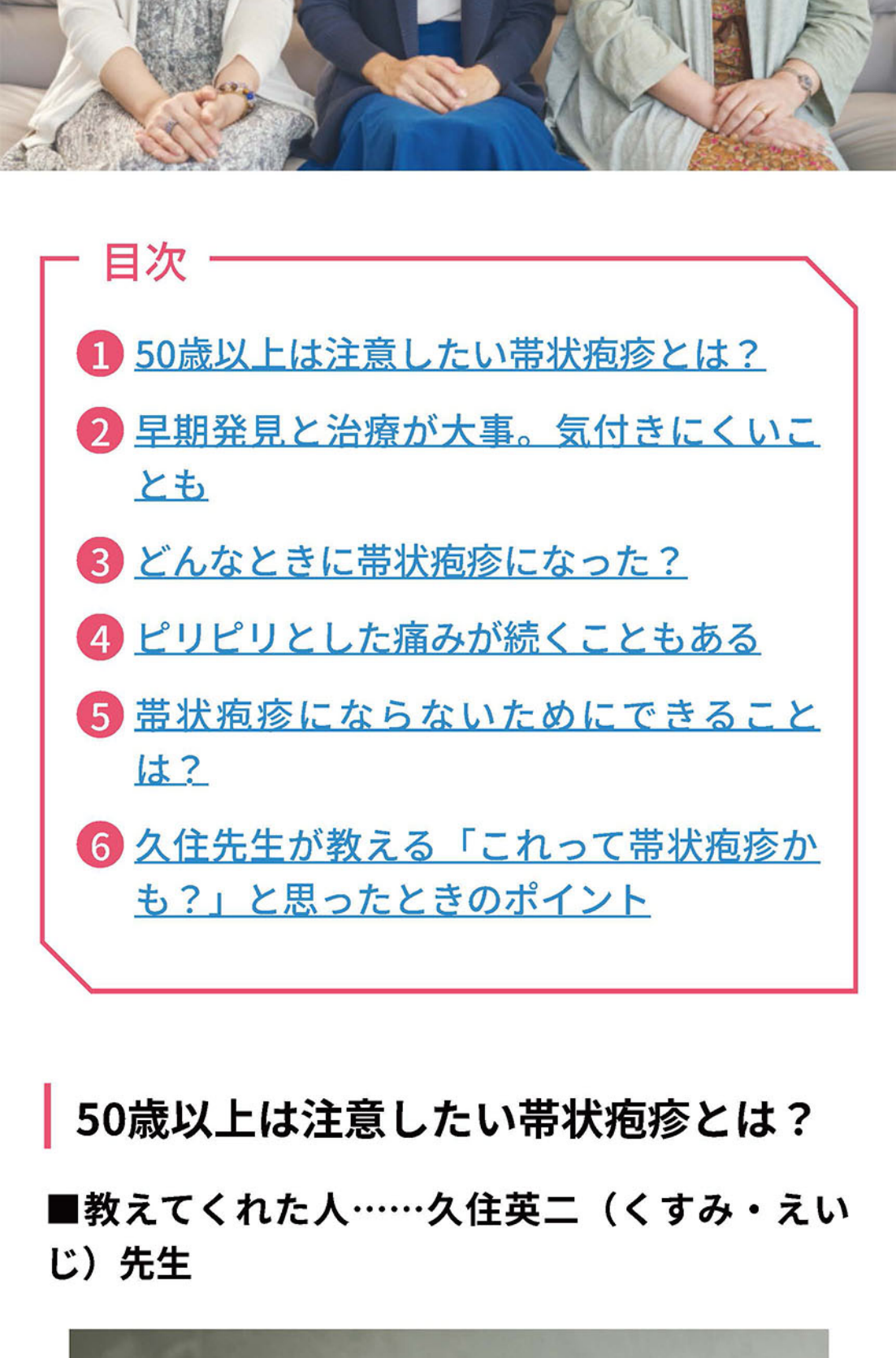


80歳までに3人に1人が発症!?（※1）

ハルメク世代に聞いた「带状疱疹」体験談

本コンテンツはハルメク365に2023年11月に掲載された記事を転載しています。

50歳以上で発症率が上がる（※1）といわれる「带状疱疹（たいじょうほうしん）」。「実際になった方はどんな感じだったのでしょうか。罹患経験のある3人に体験談を語ってもらい、感染症に詳しい久住英二先生にお話を伺いました。



目次

- ① 50歳以上は注意したい带状疱疹とは？
- ② 早期発見と治療が大事。気付きににくいことも
- ③ どんなときに带状疱疹になった？
- ④ ピリピリとした痛みが続くこともある
- ⑤ 带状疱疹にならないためにできることは？
- ⑥ 久住先生が教える「これって带状疱疹かも？」と思ったときのポイント

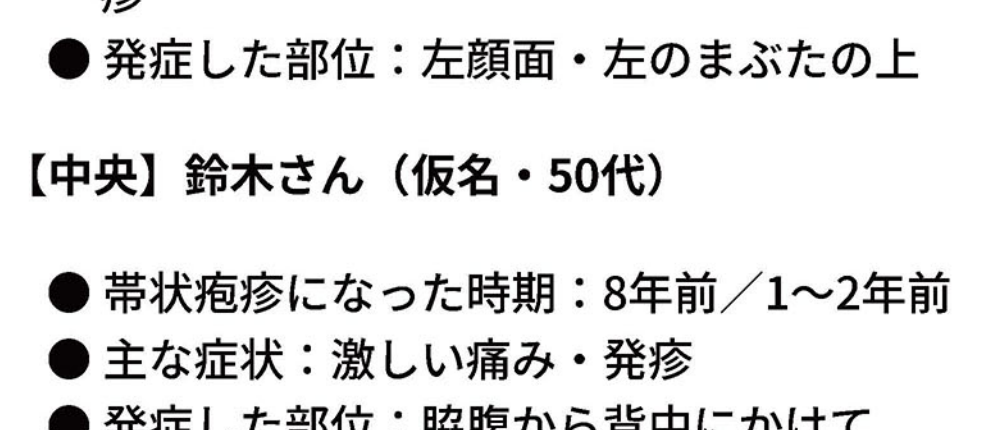
50歳以上は注意したい带状疱疹とは？

■教えてくれた人……久住英二（くすみ・えいじ）先生



＜プロフィール＞内科医（ナビタスクリニック立川）。専門は血液専門医、旅行医学。1999年新潟大学医学部卒業。血液の病気をはじめ、感染症やワクチンにも詳しい。

■お話を伺った3名



【左】佐藤さん（仮名・50代）

- 带状疱疹になった時期：5年前ぐらい
- 主な症状：発熱・神経痛・腫れ・赤み・発疹
- 発症した部位：左顔面・左のまぶたの上

【中央】鈴木さん（仮名・50代）

- 带状疱疹になった時期：8年前／1～2年前
- 主な症状：激しい痛み・発疹
- 発症した部位：脇腹から背中にかけて

【右】高橋さん（仮名・50代）

- 带状疱疹になった時期：5年前ぐらい
- 主な症状：頭痛・発疹
- 発症した部位：頭・左目の上

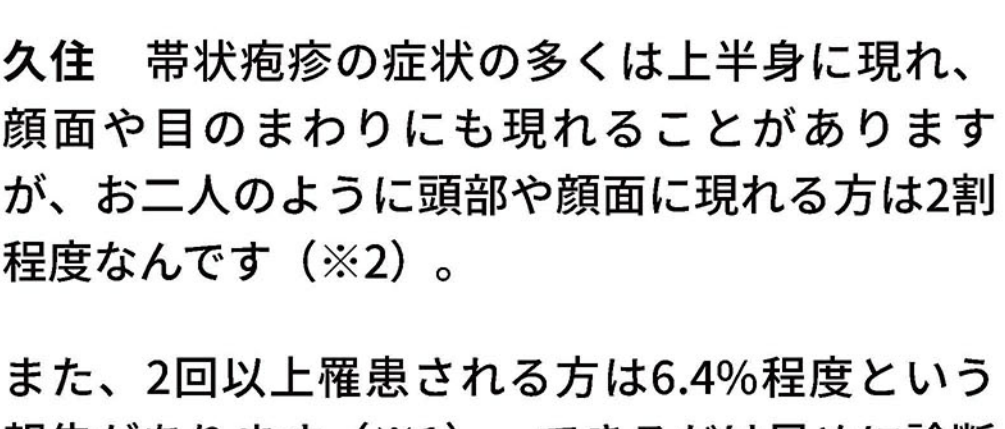
久住先生（以下、久住） 带状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルスで起こる皮膚の病気で、免疫機能が低下すると発症します。ピリピリした痛みから始まり、体の左右どちらかの神経に沿って、痛みを伴う赤い発疹と水ぶくれが多数集まって带状疱疹に生じます。

発症には年齢が大きく関わり、50歳以上で発症率は増加。80歳までに3人に1人が発症するといわれています（※1）。

早期発見と治療が大事。気付きににくいことも

佐藤さん（以下、佐藤） 私は高熱が出て、熱が下がったら顔が腫れて……。年末だったので救急外来に行ったら「虫刺され」と言われました。

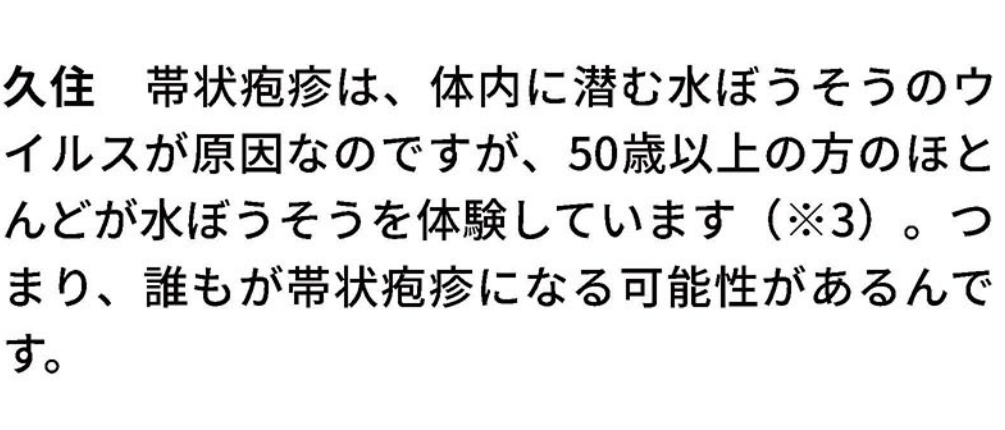
その後、親戚に「带状疱疹じゃない？」と指摘され、皮膚科に行ったんです。病名は知っていましたが、自分になるとは思いもせず。発熱もあり、最初はインフルエンザかと思いました。



「带状疱疹だとすぐにわかりませんでした！」と佐藤さん

高橋さん（以下、高橋） 就寝前に少し頭痛がするなと思っていたら、翌日、これまで経験したことがないほどひどくなりました。最初は脳疾患を疑って脳神経外科へ。その看護師さんが髪の毛をかき分けて発疹を見つけてくれて、带状疱疹だとわかりました。

水ぼうそうウイルスが関係している皮膚疾患という知識はありましたが、まさか体中のどこにでも発生し、これほど痛いとは……。



「髪の毛をかき分けたら発疹があったんです」と高橋さん

鈴木さん（以下、鈴木） 私はちょうど家族とキャンプに行っていたときで、お腹のまわりから背中にかけての痛みがひどかったです。

時間がたつにつれてどんどん痛くなって。前にかかったときと痛み方が似ていたので「带状疱疹だ！」とすぐにわかりました。

久住 带状疱疹の症状の多くは上半身に現れ、顔面や目のまわりにも現れることがあります。お二人のように頭部や顔面に現れる方は2割程度なんです（※2）。

また、2回以上罹患される方は6.4%程度という報告があります（※1）。できるだけ早めに診断を受け、治療を受けることが肝心です。

どんなときに带状疱疹になった？

鈴木 今考えると、带状疱疹になったときは、2回ともストレスを抱えていた時期かなと。



「なったのはストレスを抱えていたときでした」と鈴木さん

佐藤 私は、仕事が重なり疲れがピークになったところで年末年始のお休みに入り、ホッとしたときに発症しました。

久住 带状疱疹は、体内に潜む水ぼうそうのウイルスが原因なのですが、50歳以上の方のほとんどが水ぼうそうを体験しています（※3）。つまり、誰もが带状疱疹になる可能性があるんです。

水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内（神経節）に潜伏して、過労やストレスなどで免疫機能が低下すると、ウイルスが再び活性化して带状疱疹を発症します。

ピリピリとした痛みが続くこともある

高橋 そうなんですね。今は特に後遺症はないのですが、顔のピリピリした痛みが3～4か月は残りました。

久住 带状疱疹は神経そのものに支障が出る病です。50歳以上で発症した方のうち約2割（※4）は、ピリピリとした痛みが続く带状疱疹後神経痛が、3か月以上残ることがあります。

带状疱疹にならないためにできることは？

久住 带状疱疹の発症には免疫機能の低下が関係しているため、日頃から十分な休息を取りながら、免疫機能を低下させる疲労やストレスのない規則正しい生活を送ることが大切です。

とはいえ、ストレスのない生活をするのもなかなか難しいですね。

予防法の一つにはワクチンという選択肢もあります。50歳以上の方は自治体により助成があることもあるので、そういった予防法も併せて検討してみてください。

久住先生が教える「これって带状疱疹かも？」と思ったときのポイント

【1】早期発見・早期治療が大切。迷ったらまずかかりつけ医に！
痛みを伴う発疹があったらとにかく早めに医療機関へ。皮膚科医、または、かかりつけ医にご相談ください。

【2】水ぼうそうワクチン未接種の乳幼児に注意！
水ぼうそうワクチン未接種の乳幼児に水ぼうそうとしてうつることがある（※5）ため、乳幼児との接触には注意してください。

■带状疱疹とその治療および予防については医師にご相談ください

带状疱疹の詳細は

带状疱疹予防.jp

たいじょうほうしん

带状疱疹の相談ができる病医院は

病医院検索

上記病医院検索サイトは外部サイトとなり、グラクソ・スミスクライン株式会社が運営するサイトではありません。また、弊社が推奨する病医院をご案内するものではありません。

GSK

※1 Shiraki K. et al.: Open Forum Infect Dis. 4(1), ofx007, 2017

※2 国立感染症研究所：带状疱疹ワクチンファクトシート 平成29年2月10日

※3 国立感染症研究所：病原微生物検出情報 (IASR)。「年齢/年齢群別の水痘抗体保有状況, 2017年」

※4 Takao Y. et al.: J Epidemiol. 25(10), 617-625, 2015

※5 稲田 英一 責任編集:带状疱疹Up-to-Date. p156-157, 診断と治療社. 2012

■提供／グラクソ・スミスクライン株式会社
NP-JP-NA-WCNT-230037 2024.01